



Pepe Díaz

Un grupo de infantes de marina realiza ejercicio físico en la cubierta del buque de desembarco anfibio *Castilla* durante una travesía hacia el Líbano.

Milicia, deporte Y SALUD

Las Fuerzas Armadas impulsan la adopción de hábitos saludables de vida y la práctica del ejercicio físico

PROMOVER buenos hábitos para una alimentación sana y equilibrada e impulsar la protección de la salud de los deportistas en el ámbito militar, son los objetivos de un convenio marco de colaboración que suscribirán próximamente el Ministerio de Defensa y la Agencia Estatal Antidopaje.

La buena condición física y el fomento de los hábitos de vida saludable han sido siempre preocupaciones centrales en los tres Ejércitos.

El citado acuerdo es un ejemplo más y será el punto de partida para impulsar numerosas actividades encaminadas a cumplir los objetivos propuestos. Se llevarán a cabo todos los mecanismos de coordinación y colaboración posibles entre las dos instituciones para lanzar campañas informativas, divulgativas, formativas, de concienciación de investigación, edición de publicaciones... También se promoverán los valores del Deporte aprovechando la organización

de las distintas competiciones militares y se impulsará la creación de los “premios al deporte limpio”. El convenio establecerá también la programación de conferencias sobre cuestiones relacionados con el deporte y los hábitos de vida saludables en centros militares de formación, escuelas deportivas y en los Cursos de Perfeccionamiento y Altos Estudios Militares. De esta manera, se profundizará en aspectos concretos

El Ministerio de Defensa y la Agencia Estatal Antidopaje han acordado la firma de un convenio de colaboración

como la importancia de una dieta sana y equilibrada, los perjuicios del dopaje y se subrayarán el valor del esfuerzo personal y del trabajo en equipo y sus transferencias a la vida diaria.

Las pautas y recomendaciones del convenio alcanzarán a la competición militar, que se beneficiará del apoyo del Control del Dopaje de Madrid, depen-

diente de la Agencia Estatal Antidopaje. El convenio contempla también “la posibilidad de formación específica dirigida a los profesionales de la medicina de las Fuerzas Armadas, como agentes de control del dopaje.

NUEVAS PRUEBAS EN EL EJÉRCITO

En esta línea, el Ejército de Tierra ha modificado recientemente sus exámenes periódicos de aptitud física. Desde este año las Pruebas Anuales de Evaluación Física (PAEF) —vigentes desde 1982— y que comprobaban la condición física de los militares en activo han sido sustituidas por cuatro nuevos ejercicios que conforman el Test General de Condición Física, de carácter obligatorio y que exigirá alcanzar una puntuación mínima.

Las razones de esta modificación han sido diseñar unas pruebas físicas más acordes con las actuales exigencias físicas del combatiente, más sencillas de organizar y ejecutar, y que reflejasen con mayor rigor los resultados en función del entrenamiento realizado, fomentando así la motivación hacia el ejercicio físico. Otro de los objetivos ha sido definir pruebas que no exigieran una alta preparación técnica, pero que ofreciesen más datos de la condición física individual y extrapolación para unidades.

El resultado es un nuevo test que establece dos pruebas de fuerza (flexo-extensiones de brazos y abdominales), una de resistencia (carrera de 6 kilómetros), y una prueba de velocidad-agilidad que incluye un circuito en zig-zag entre conos.

La puntuación en cada una de las tres cualidades de aptitud psicofísica (la de fuerza se obtiene haciendo media entre

la conseguida en las extensiones de brazos y las abdominales) va de cero a 100, en función del grupo de edad y el género, y se divide en diez

niveles. El nivel obtenido en cada uno de los rasgos conforman el Perfil Físico Individual (PFI), integrado por tres dígitos y similar al nivel que se aplica para idiomas. Además del perfil, del test también se deriva una nota final de cero a diez resultante de sumar los puntos obtenidos en todas las pruebas y de dividir la cifra entre 40.

APUESTA POR EL DEPORTE

El deporte ha estado muy unido al Ministerio de Defensa desde sus comienzos. En 1979 se creó el Consejo Superior de Educación Física y Deportes de las Fuerzas Armadas que coordinaría a partir de ese momento todas las actividades deportivas que hasta entonces organizaban los tres Ejércitos de manera autónoma. Un año más tarde, la Guardia Civil se incorporó también a este Consejo y, posteriormente, entre los años 1989 y 1992, distintas leyes perfilaron su estructura y funciones. Esta unificación de criterios y cometidos ha permitido que el deporte en las Fuerzas Armadas alcance un mayor desarrollo, tanto en el ámbito nacional, con la organización de campeonatos anuales, como en el internacional, con el incremento de la participación en competiciones y torneos de carácter europeo y mundial.

Uno de los objetivos del Consejo Superior es la organización de competiciones interejércitos, que favorecen el conocimiento mutuo y mantienen a pleno rendimiento la preparación de los equipos deportivos.

La organización de las distintas disciplinas se reparte entre los tres Ejércitos y las sedes se alternan de forma rotatoria. Los primeros años los campeonatos nacionales se centraban en apenas media docena de prácticas deportivas: pentatlón aeronáutico, campo a través, paracaidismo, judo y tiro, entre otras pruebas. Desde mediados de la década de los 80 el número de deportes fue aumentando progresivamente, coincidiendo también con el salto internacional de los equipos españoles. Hoy son una veintena el número de deportes que cuentan con un campeonato nacional militar.

La participación de las Fuerzas Armadas en competiciones internacionales se desarrolla, fundamentalmente, en el marco del Consejo Internacional del Deporte Militar (CISM), un organismo internacional que reúne a los ejércitos de más de 120 países y que organiza anualmente campeonatos mundiales y regionales. España acude a estas



EMMOE

El equipo del Ejército de Tierra participa en una de las pruebas del XI Campeonato Nacional Militar de Esquí celebrado este año en la estación aragonesa de Candanchú.

competencias periódicamente; el Consejo Superior de Deportes reparte la coordinación de los distintos equipos de competición entre los tres Ejércitos con el objetivo de perfeccionar el adiestramiento y optimizar el rendimiento.

CON LA SOCIEDAD

Además de fomentar el deporte militar, muchas unidades promueven, también, iniciativas deportivas abiertas a la sociedad. Una de las más veteranas es la carrera de 101 km. que desde hace 12 años organiza el Tercio Alejandro Farnesio de La Legión en Ronda (Málaga) contra las drogas. En otros casos, son

los militares quienes se comprometen con una cita deportiva, como sucede con la Brigada Paracaidista y el maratón de Madrid. Sería imposible imaginar esta tradicional prueba madrileña sin el concurso de los militares de la BRIPAC. Algunos de ellos llegan cada año al punto de partida en paracaídas, ofreciendo una imagen insólita de la carrera.

Al margen de estas competiciones, una de las apuestas deportivas más espectaculares emprendidas y con mayor repercusión social es el Grupo Militar de Alta Montaña. Creado en 1985, el GMAM es un grupo de élite formado por militares con un acreditado historial

de montaña, capacitados para realizar alpinismo de alto nivel y servir de banco de pruebas para la experimentación de técnicas, materiales y equipos. Sus actividades han trascendido el ámbito militar. Desde su nacimiento ha colaborado estrechamente con la ONCE, con la Federación Española de Montaña, en trabajos científicos del Hospital Clínico Universitario de Zaragoza y ha participado en importantes expediciones junto con el programa de Televisión "Al filo de lo imposible".

R. D.



Hélène Gicquel

Alumnos de la Escuela Técnica de Seguridad, Defensa y Apoyo (ETESDA) practican deporte en su base de Zaragoza.